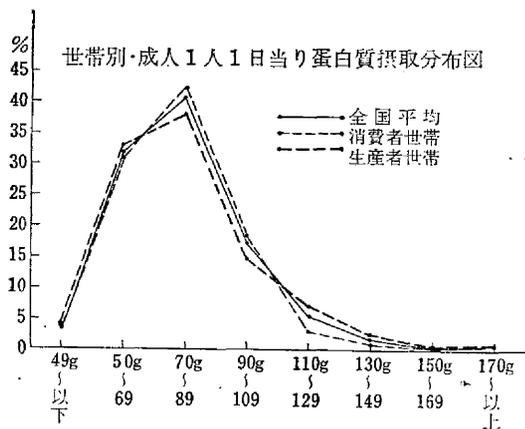


第 11 図



次に蛋白質の成人1人1日当り摂取量は76.7グラムで前回調査の81.0グラムより若干減少している。各世帯の分布状況を見ると最低50グラムに満たない世帯が3.2%もあり、反面多い方では130グラム以上とっている世帯が2.2%あるなど、熱量以上に世帯間の差が著しい。

最も分布の多いのは70~89グラムの間で被調査世帯の40.6%を占め、次いで50~69グラムの範囲にある世帯が31.8%となっている。

また、成人1人1日当りの蛋白質所要量70グラムに達しない世帯が総数で35.0%、生産者世帯に36.2%、消費者世帯34.2%といずれも前回調査より多くなっている。

D 地区の特性別にみた食生活の傾向

昭和38年度国民栄養調査の成績を地区の特性による層別に食品の摂取量を集計したところ次のような結果が得られた。

第45表

地区の特性別・食品群別摂取量

単位 = g

	総 数	勤 め 人 労 務 者 地 区	漁 業 地 区	工 業 地 区	商 業 地 区	農 業 地 区
総 摂 取 量	1,157.6	1,163.9	1,024.1	1,115.7	1,154.4	1,157.4
動物性食品計	177.8	199.9	155.8	173.8	198.1	143.4
植物性食品計	979.8	964.0	868.3	941.8	956.3	1,014.1
米	350.7	315.0	356.5	347.3	334.8	393.1
小麦類	64.6	81.2	48.0	67.1	76.1	43.7
いも類	52.8	50.8	59.2	48.6	47.7	57.7
砂糖類	13.4	13.1	13.0	13.1	12.6	14.3
油脂類	8.1	9.8	5.8	6.9	8.0	7.1
豆類	69.4	68.2	70.2	66.9	70.5	70.5
魚介類	77.5	71.3	105.9	75.5	77.7	77.7
肉類	28.2	36.3	19.2	28.5	37.1	16.1
卵類	27.6	33.0	14.8	27.6	32.1	22.1
乳・乳製品	44.7	59.3	16.0	42.3	51.2	27.5
緑黄色野菜	40.7	38.4	34.7	38.2	35.9	44.2
その他の野菜類	125.2	122.7	95.5	106.2	112.2	135.5
柑橘類・トマト	29.7	35.6	14.8	30.0	32.3	20.9
その他の果実類	65.9	72.4	31.7	66.1	69.0	62.7
動物性食品量		%	%	%	%	%
総 摂 取 量	15.4	17.2	15.2	15.6	17.2	12.4

1) 勤め人、労務者地区

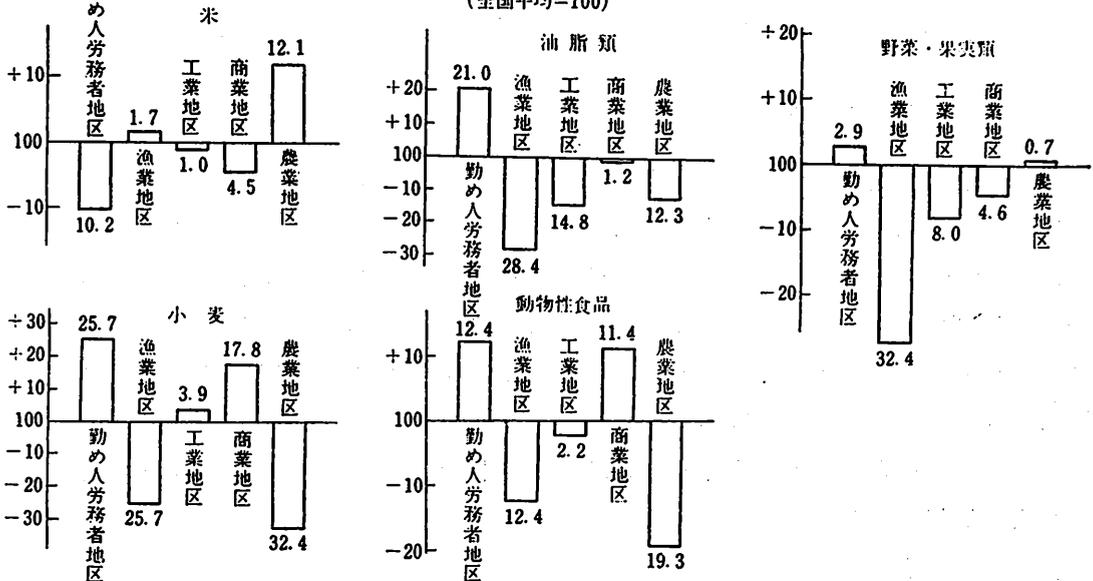
勤め人、労務者世帯の多い地区の食事内容は、米の摂取量が315グラムで全国平均に比べ(-)10.2%も低く、反面小麦は81.2グラムで全国平均を(+)25.7%上回るなど主食の内容は他の地区に比べ洋風化の傾

向を示している。

また、副食については、全国平均に比べて油脂類が9.8グラムで(+)21.0%、動物性食品は199.9グラムで(+)12.4%、野菜・果実類は269.1グラムで(+)2.9%とそれぞれ上回っており、食糧の消費内容は、他の地区に比べて栄養的に最もバランスがとれているといえよう。

第 12 図

地区の特特殊食品群別摂取量の全国成績との比較
(全国平均=100)



2) 漁業地区

漁業従事者世帯の多い地区は、米の摂取量が356.5グラムで全国平均を(+)1.7%上回っており、小麦は48.0グラムで(-)25.7%下回っている。

なお、副食については、全国平均に比べて油脂類が5.8グラムで(-)28.4%、動物性食品は155.8グラムで(-)12.4%、野菜・果実類は176.7グラムで (-)32.4%といずれも大きく下回っており、食品中いも類魚介類の摂取量は各地区中最も多いことが注目されるが、肉、卵、乳、野菜、果物など他のものは全地区中最低の摂取量を示している

3) 工業地区

製造業、建設業等を営む世帯の多い地区は、米の摂取量が347.3グラムで全国平均を1.0%と若干下回り小麦は全国平均を(+)3.9%上回っている。

動物性食品は173.8グラムで全国平均に比べて (-)2.2%、油脂類は6.9グラムで(-)14.8%、野菜・果実類は284.8グラムで(-)9.0%といずれも下回っている。

食糧消費の内容は、商業地区に比較してかなり低い水準にある。

4) 商業地区

商業、サービス業、経営者世帯の多い地区は、米の摂取量が334.8グラムで全国平均を(-)4.5%下回り反面小麦は76.1グラムで(+)17.8%上回っている。

また、副食については、全国平均に比べて動物性食品が198.1グラムで (+)11.4%上回っているが、油

脂類は8.0グラムで(-)1.2%、野菜・果実類は249.4グラムで(-)4.6%と下回っている。

しかし、食糧消費の内容は勤め人・労務者地区に次いでバランスがとれている。

5) 農業地区

農家世帯の多い地区は米の摂取量が393.1グラムで最も多く、全国平均を(+)12.1%上回っており小麦は43.7グラムで最も低く全国平均を(+)32.4%も下回るなど米食偏重の傾向が最も強いことを示している。

また、副食については油脂類7.1グラム、動物性食品143.4グラムで全国平均に比べてそれぞれ(-)12.3%、(-)19.3%と下回っている。

しかし、野菜・果実類は263.3グラムで全国平均を(+)0.7%と若干ながら上回っている。

E 季節の変化と栄養状態

気候、温度等季節変化の大きいわが国においては、生産物も季節によってその種類および収かく量が大きく左右されるので、当然国民の食生活も季節変化によって相当影響をうけることになる。

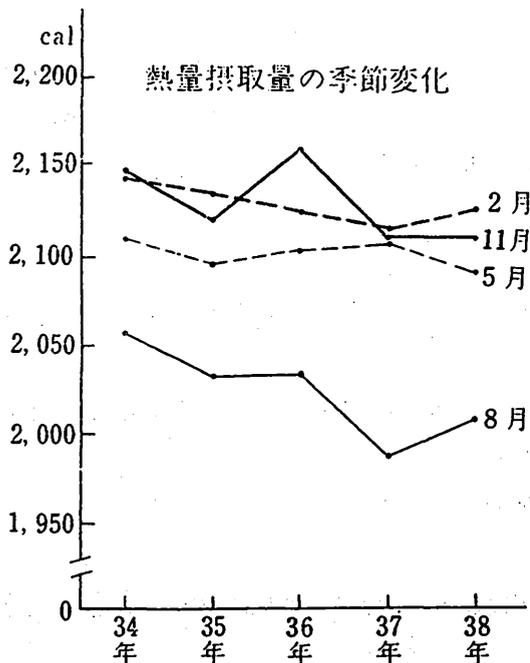
季節的影響を考慮して国民栄養調査は21年から、5月、8月、11月、翌年2月の年4回にわたって実施されるようになり今日に到っているのであるが、これも永年にわたる調査成績によって、季節変化による国民の食生活の傾向と実態を大体把握することができたので、昭和39年度調査からは調査の実施方法を改正して毎年5月の年1回だけ調査することとなった。

そこでこの機会に38年度の調査結果と最近5年間の統計にもとづいて、栄養摂取量および食品摂取量の季節変化の状況を考察してみよう。

1) 栄養摂取量

季節別に栄養摂取の状態をみると2月、11月が比較的良好で夏期の8月は低下が著しい。また、5月は

第 13 図



各栄養素とも年間の平均に最も近い数値を示している。

なお、8月は殆んどすべての栄養素について他の月に比べて著しく低いのは、夏期は高温多湿のため生理的に食欲が減退し、食事が不規則になる結果と考えられる。

(イ) 熱量

昭和38年度における熱量の摂取量について季節変化をみると2月が2,125カロリーで最も高く、次いで11月2,110カロリー、5月2,090カロリー、8月は最も低く2,007カロリーとなっている。

最高の2月と最低の8月との摂取差は118カロリーである。また、熱量の8月の低下率を年平均に比べてみると(-)3.7%(76カロリー)に及んでいる。